

## Desktop Research

Desk Research er at indsamle eksisterende viden om noget. Metoden er nyttig, når man vil vide, hvad der allerede findes af viden, erfaringer og resultater. Man kan bruge informationen som fundament for eller starten på et projekt.

### Observation:

Går ud på at kigge på/filme/tage billeder af noget på afstand og lægge mærke til ting og sager tit med en vinkel som fx kø-kultur i Danmark.

### Interview:

45 sek:

Motivation:

Hatef: Første grund -

til at jeg begyndte at træne, var at siden jeg var lille har jeg altid været undervægtig, og da jeg så nogle drenge på min egen alder, som var store og muskuløse, blev jeg inspireret af det. Fx at mine klassekammerater trænede og fik gode resultater.

Den anden grund –

At holde mig sund og generelt set føle mig bedre tilpas.

**August:** Følte du at du levede en usund livsstil før du begyndte at træne?

**Hatef:** Jeg ved ikke om jeg følte mig decideret usund, men jeg var opsat på at forbedre min livsstil. Gå fra at være normal til mega sund.

**August:** Var der en af de to grunde der motiverede dig mere end den anden.

**Hatef: 2 min** Hvad der motiverede mig mest, var nok at blive større og få mere selvtillid.

**August: 2:30 min** Føler du at du har fået mere selvtillid, blevet sundere og større?

**Hatef:** Ja, jeg føler at det går i den rigtige retning, især inden for de sidste 5-6 måneder, hvor jeg er begyndt at spise meget mere og virkelig gå op i hvad jeg spiser.

**August: 7:30** Har du nogensinde taget præstationsfremmende stoffer/steroider.

**Hatef:** Nej jeg har ikke prøvet at tage steroider, men jeg har taget noget som man kan sige er ulovligt eller ekstremt, men jeg har selvfølgelig prøvet kreatin, proteinpulver, aminosyrer, selv testosteron boostere og jeg undersøger selvfølgelig altid hvad det kan gøre ved min krop inden jeg prøver det.

### Survey:

Surveys bruger man til at få store mængder brugbar information om fx forskellige befolkningsgrupper som for det meste kan kategoriseres som kvantitativ information.

### Indsigt 1

“For børn eller unge kan det være svært at bede om hjælp eller bare snakke om problemet.”

### Indsigt 2

**“Mobningen udstilles for andre på nettet”**

### Indsigt 3

**“Når man ikke står ansigt til ansigt, skifter mobningen karakter”**

### Indsigt 4

“Fem af de syv eksperter svarer, at de jævnligt oplever sager, hvor mobberen er anonym.”

### Indsigt 5

“15% af unge i 9. klasse har mobbet andre på nettet inden for det seneste år.”

“Det gælder hver femte dreng og hver tiende pige (2015)”

### Indsigt 6

“de unge oplevede mobning via anonyme sms'er, hadegrupper på Facebook og deling af private billeder.”

### Indsigt 7

“En ny undersøgelse viser, at digital mobning hos unge under 25 år fordobler risikoen for at begå selvskade eller forsøge selvmord.”

### Indsigt 8

“mobningen er grovere og mere grænseoverskridende, når den foregår på et socialt medie.” udtalt af Lotte Rubæk.

### Indsigt 9

“Ekspert om smartphone-mobning: 'Et kæmpe problem, at vi som forældre ikke forstår det'”

### Indsigt 10

“den negative adfærd ofte giver flere likes, end hvis børn skriver noget sødt og anerkendende til hinanden.”

# Indsigter fra observation kø-kultur

## Emne:

### Indsigt 1

Folk bruger deres mobiler til at mindske kedsomheden og undgå kontakt med andre mennesker i køen.

### Indsigt 2

Danskerne er generelt høflige og gode til at gøre plads for hinanden.

### Indsigt 3

Folk går til siden, for dem der skal ud og venter relativt tålmodigt på at fx forældre med barnevogne kommer ud.

### Indsigt 4

En fyr står og stirrer ud i luften og misser, hvad jeg tror var hans bus, men det lader ikke til at røre ham. Den var også godt fyldt op.

### Indsigt 5

Nogle unge mennesker råber højt og irriterer de andre mennesker der står og venter, men der er ingen der gør noget ved det.

### Indsigt 6

En ældre fyr i beskidt tøj sætter sig på jorden. Han ligner en der har haft en hård tirsdag.

### Indsigt 7

En ung sort fyr hører så høj musik i hans høretelefoner at damen ved siden af ham bliver bekymret på hans vegne.

### Indsigt 8

En ældre har slået sin paraply ud selvom det ikke regner endnu.

### Indsigt 9

Da regnen endelig kommer begynder folk at se triste ud og prøver, så godt som muligt at gemme sig under halvtaget.

### Indsigt 10

En fyr med gule bukser kigger utålmodig på bus-tavlen, men det er rigtigt nok at der er 5 min til bussen kommer.

# Indsigter fra interview Bodybuilding

## Emne:

### Indsigt 1

Han er meget motiveret

### Indsigt 2

Han har omstruktureret sit liv omkring fitness

### Indsigt 3

Hans primære motivation er at få mere selvtillid, en sundere livsstil og at blive større og stærkere.

### Indsigt 4

Han har trænet i 6 år, men det er først indenfor de sidste 5-6 måneder at han føler at han har gjort nok for det.

### Indsigt 5

Han havde relativt lav selvtillid da han gik i folkeskole.

### Indsigt 6

Han har aldrig taget ulovlige steroider, men han har prøvet andre former for præstationsfremmende midler.

### Indsigt 7

Han er i gang med at tage en slags ingeniøruddannelse og håber på at kunne arbejde med arkitektur i fremtiden

### Indsigt 8

Han vil fortsætte med at træne så længe han kan. Han ser ingen ende på det - intet mål over alle mål.

### Indsigt 9

Han ser op til bodybuilders fra 90'erne, men det var primært hans klassekammerater der fik ham startet på det i folkeskolen

### Indsigt 10

Han er gladere for sig selv i dag end han var i folkeskolen og han har fået mere selvtillid.

## Indsigter fra survey

### Indsigt 1

31% kørte i tog til KEA i dag

### Indsigt 2

Folk er ikke tilfredse med kantinen

### Indsigt 3

65,5% af klassen bruger chrome som deres foretrukne browser

### Indsigt 4

ca halvdelen af klassens gennemsnitlige skæm-tid fra de sidste 7 dage er 2-4 timer

### Indsigt 5

De bor i København

### Indsigt 6

8,6% transporterede sig selv til KEA vha. Metro

### Indsigt 7

39,7% cyklede til kea i dag

### Indsigt 8

overraskende få kørte i bil

### Indsigt 9

En stor del af klassen mener at instagram er en af deres 5 mest brugte apps

### Indsigt 10

En stor del af klassen mener at Messenger er en af deres 5 mest brugte apps